

# 从北京来的西藏孩子们，在三亚起舞

## 第十二届全国少数民族传统体育运动会主题曲MV正式上线

本报三亚11月25日电（海报集团全媒体记者范平听）11月25日，第十二届全国少数民族传统体育运动会主题曲MV（以下简称主题曲MV）正式上线。此次主题曲MV将以短视频、直播、电台、广播等多种渠道，多平台传播，为运动会营造热烈浓厚的氛围。

据了解，主题曲MV播出渠道涵盖了电视大屏、省内新媒体平台、政务新媒体平台、商业平台以及户外平台等多个领域。电视大屏方面，海南卫视将持续在《海南新闻联播》播出前播出主题曲MV至11月30日；海南日报新媒体账号矩阵、海南广播电视台总台新媒体账号矩阵等众多省内新媒体平台，以及海南发布新媒体账号矩阵等政务新媒体平台都将同步推出主题曲MV。今日头条、抖音、视频号、新浪等商业平台也将通过专业算法和资源位重点推荐。省内各市县户外LED显示屏以及高铁、机场、码头、动车站等交通枢纽户外宣传阵地也将进行播放宣传。

主题曲MV中，舞者们身着各民族传统服饰，随着音乐节拍翩翩起舞，展示了多姿多彩的民族风情；歌曲以少数民族传统体育竞技为载体，将五十六个民族的多元文化融为一体，描绘了各民族间的情谊与交融。“希望MV能够让更多人关注和了解民族体育文化，通过一首歌的时间将各民族特色风情、中华优秀传统文化、祖国壮美风光、现代发展成就等元素精彩呈现。各族人民齐唱一首歌、共跳一支舞，携手共绘同心圆。”主题曲MV导演团队表示。

## 河南代表团带来舞龙表演 金龙腾飞庆盛会



11月25日，河南代表团带来经典节目《龙腾盛世》。海报集团全媒体记者 王程龙 摄

本报三亚11月25日电（海报集团全媒体记者周月光 余佳琪）11月25日，三亚市体育中心，第十二届全国少数民族传统体育运动会表演项目——《龙腾盛世》，开场就让观众眼前一亮。多名运动员奔跑、出击、翻滚、飞跃……通过不同的动作和造型，让观众感受到金龙腾飞的震撼画面。“这次舞龙表演是在继承传统舞龙基础上，我们通过动作设计、造型编排，讲述中华儿女积极向上、团结拼搏、不屈不挠、奋力崛起的故事。”参与表演的平顶山学院大学生张耀文说。

## 珍珠球比赛副裁判长韦旭强：好裁判要有一双敏锐的眼睛

海报集团全媒体记者 李梦楠 林师堂

奔跑、吹哨、判定进球……11月25日，第十二届全国少数民族传统体育运动会（以下简称运动会）珍珠球比赛火热举行。赛场上，身着蓝黑裁判服的韦旭强引人注目，他不时变换位置，跟随球员奔跑，随着他的一声哨响，进球得分有效，引发观众欢呼。

韦旭强是本届运动会珍珠球比赛的副裁判长，这已经是他参加的第四届运动会。能够连续担任多届裁判，有何秘诀？

答案是拥有一双敏锐的好眼力。这双好眼力用在哪？韦旭强指了指赛场地板上的几条线。

顺着他的手，海报集团全媒体记者看到珍珠球场上被划分为水区、封锁区、隔离区、得分区等区域，每个区域侧边都用白色的虚线相隔。

比赛时，球员可手持抄网在得分区内移动和跳跃，只要能网接住水区队友的投篮，所在球队即可得分。

“但如果接球时，处在得分区外，或用网干扰对方防守球员，进球无效。”韦旭强说，这就需要裁判在判定时，能将地面上立体的“墙”，才能分辨出球员有没有“越界”。

要做到这一点，需要跑得快、站得稳。韦旭强介绍，人的眼睛有时也有欺骗性，从不同视角看可能有不同的结果。为了保证公平公正，在球员进球时，裁判要跑到进球区，并站立在该区域的正中间进行观察，“这就需要提前预判队员行为，能抢先跑到指定位置。”

一场紧张刺激的比赛下来，不仅队员们浑身冒汗，韦旭强也湿了衣裳。

“珍珠球比赛运动量大，我在休息室里常备4套衣服，方便更换。”韦旭强笑着说。

从事珍珠球运动19年，透过了裁判员这一职业，韦旭强发现，有越来越多的年轻人喜欢上了珍珠球比赛。

据了解，本届运动会珍珠球比赛，共有80名裁判负责记录比赛过程中的得分、犯规情况等信息，根据比赛规则和标准进行判决，确保比赛秩序井然和公平公正。（本报三亚11月25日电）



11月24日，北京队选手表演藏地喜乐斗牦牛。新华社记者 郭程 摄

训练和学习。大家一致觉得，能在这个民族盛会上展现家乡的民族风采与特色，要坚持下去。

谈到这次来海南的心愿，刘鹏说：“希望能尽量多地了解其他民族的文化，也把我们自己的藏族文化跟其他民族分享，了解大家有什么一样的和不一样的地方，去拓宽自己的世界。”她还有一项期待：“我们家乡主要是湖，还想去看看大海。”

对于队伍领队、北京西藏中学副校长刘鹏来说，这也是他这次带学生们来海南的初衷。队伍中的孩子们来自拉萨、昌都、日喀则等西藏各地，有的孩子只从家乡经过拉萨到北京，还从未去过别的地方。学校的生活很丰富，有藏文课，有艺术节、体育节，但能通过运动会出来看看很重要。

“读万卷书行万里路，与其总在书本上静态地开展教育，还不如这样动态地让他们亲自来看看、来体验中华民族的多元文化，各个民族的闪光点。我觉得这样的一种行走的教育，对他们来讲可能会更深刻，更生动。”刘鹏说。

他也感慨，现在的这些孩子们更幸福。学校上世紀建校初期，青藏铁路也还在建设中，学校的许多孩子可能一年也回不了一次家。但随着现在的发展，孩子们暑假寒暑假都能回去。“我们也跟孩子们说，咱们能够有这样的机会出来，是和国家的发展分不开的。他们能够享受到社会发展的成果，挺好。”

刘鹏接受采访的时候，广东代表团的表演《同心共“竹”中国梦》也刚刚结束，孩子们和广东代表团的演员们围在一起，留下一张欢乐的大合影。

这样的场景在这几天发生了很多次。且增曲吉说，在开幕式彩排的时候，北京队的大巴离开得比较晚，他们就在车里跟经过的每个车里面的人都打招呼。大家穿着不同的服饰，特别热情地回应，让他们特别开心。“我们和青海代表团、台湾少数民族代表团、香港代表团都

了影，当然还有西藏代表团，我们还击掌用藏语互相加油，有一种回家的感觉！”

北京西藏中学的学生们，许多在毕业后选择回到了家乡。建校37年来，学校培养了7000余名毕业生，约6000名毕业生返回西藏工作，成为西藏自治区各领域里中坚力量。“我们学汉语的还有飞行员呢！”且增曲吉说，高三的她也在思考自己的人生。“我想大学的时候学法学，然后回西藏成为一名法律工作者。”

新华社三亚11月25日电（记者郑直 张泽伟 刘博）音乐响起，身着藏式服装的孩子们与身披毛毡、扮演牦牛的孩子们冲进场内，或跳起热情奔放的舞蹈，或模仿着牦牛的动作与形态，时而奔腾，时而对峙，饱含力量的动作与呐喊呈现着来自雪域高原的勇猛与坚韧，展现人与自然和谐共处的生动景象，也让体育馆内每一位观众都能感受到他们对民族传统体育文化的热爱与自豪。

24日，第十二届全国少数民族传统体育运动会表演项目中，反映西藏牧区民

族传统体育项目“斗牦牛”的《藏地喜乐斗牦牛》最终拿到了8分以上的高分，体育馆的走廊里几乎装不下这群孩子们的欢呼。令人稍感意外的是，这一表演来自北京市代表团，之所以如此，是因为这群藏族的孩子，目前都在北京西藏中学读书。

北京西藏中学于1987年建校，面向西藏自治区招生。学校在朝阳区所在的街道也因学校得名，叫作高原街。经过考试，孩子们从雪域高原来到高原街，度过三年高中生活。

“斗牦牛其实我是只有在家乡看到过的，是我们西藏的一个非常具有代表性的文化，非常荣幸能把它带到全国性舞台上，让各族人民都能看到！”高三姑娘且增曲吉的语气里还带着刚刚表演完的兴奋。

这个拉萨姑娘说，因为西藏现在城市发展很快，她也只在自己的老家林周县看过斗牦牛表演，还是远远地站在山坡上看，因为“牦牛冲撞的时候，能把草皮都掀起来”。在老家的生活里，她印象最深刻的是早起放牛，“和太阳一起起床”，日出的时候太阳照在草皮上，牛身上也镀上一层金光，“美如画卷”。

来自日喀则市定日县的顿旦对这样的场景也很熟悉，她很开心通过表演，可以给全国展示家乡的生活是什么样。她和且增曲吉是这20个孩子为数不多的高三生，几个人还开过一个小组，讨论如何平衡

# 风情

11月25日，比赛中的广东民族健身操代表队选手。海报集团全媒体记者 李昊 摄



11月25日，云南民族健身操代表队选手正在比赛。海报集团全媒体记者 李昊 摄

### 比赛项目

民族健身操规定套路  
民族健身操徒手自选套路  
民族健身操轻器械自选套路

### 项目特色

自选套路音乐与动作编排的风格特点相一致且与成套动作的主题相吻合  
音乐剪辑流畅、自然、完整  
要求节奏鲜明  
韵律感强

### 比赛时间

规定套路时间按民族健身操规定套路的时间执行  
自选套路时间约为3分30秒  
计时由第一个可听到的声音开始到最后一个可听到的声音结束

## 民族健身操

# 当非遗邂逅健身操 惊艳!

海报集团全媒体记者 宋灵云

“咚咚锵……”伴随激昂的锣鼓声，运动员挥动秧歌鞭，对敲而舞。密集的槌声与极具穿透力的唢呐声气势如虹，博得现场观众连声喝彩。

11月25日，第十二届全国少数民族传统体育运动会（以下简称运动会）民族健身操项目自选套路（轻器械）开赛，广东队以秧歌舞演绎民族健身操，给人以力与美的震撼。

“民族舞被称为‘中华战舞’，歌舞和渲染英雄气，流行于广东潮汕地区，是首批国家级非物质文化遗产，近几年频频火出圈。”广东代表团民族健身操项目领队陈若茵介绍，秧歌舞与健身操结合后，形成大众化、民间化的操舞类运动，更有利于推动非遗走入寻常百姓家。

一曲舞罢，广东队队员陈敏丽的额头上渗出细细汗珠。她告诉海报集团全媒体记者，自己是瑶族姑娘，之前没有接触过英

歌舞，是在备赛中学习了很多相关知识，深切感受到非物质文化遗产的独特魅力和深厚底蕴。

基诺族是云南省特有的民族，在1979年被确认为中国的第56个民族。《跟着太阳走》是云南队创作的民族健身操，从汲取国家级非物质文化遗产的基诺族大鼓舞中，获取灵感，兼具技巧与美感，一亮相便获得极高的关注。

云南代表团民族健身操项目队员符小密介绍，为了抓准动作，备赛阶段，队员们特地前往边疆深山里，观察当地人的生活习惯，了解基诺族的风土人情，观察当地人的生活习惯，大家对中华文化的丰富多彩有了更多认识。

观众满座是一所高校的健美操老师，特地从四川赶到三亚观赛。她告诉记者，自己晚上就要乘飞机返回四川，所以拎着行李来到比赛现场，“不虚此行，看得很过瘾。民族健身操除了有健美操的一般特性，还有鲜明的地域特色，希望更多人关注！”

（本报三亚11月25日电）